CLUB DEPORTIVO DMF GRANADA

Diversión, Movimiento y Formación

Escuela de Atletismo:

Contacto e inscripciones:

Jorge Díaz - 637570736

Jorgejdk@gmail.com

E. Infantil hasta 3º primaria

Instalaciones: Colegio

Lunes y miércoles de 16 a 17h.

Precio: 27€/mes

Es preciso un número mínimo de alumnos para que salga adelante el grupo.

Grupos entre 6 y 12 alumnos.

Desde 3º Primaria hasta ESO-Bto.

Instalaciones: Estadio de la Juventud

Martes y jueves de 17 a 18h.

Matrícula y licencia federativa: 30€

Precio: 35€/mes

Es preciso un número mínimo de alumnos para que salga adelante el grupo.

Grupos entre 6 y 12 alumnos.

Posibilidad de competiciones a nivel provincial.

El club deportivo DFM Granada organiza su Escuela de Atletismo para los alumnos del Colegio Pureza de María Granada - Sagrada Familia.

En ella se realiza una labor de iniciación al atletismo en general, además de ayudar a desarrollar las habilidades motrices y sociales de los alumnos.

Es una gran oportunidad para superarse practicando deporte a través de métodos lúdicos con metodología avanzada e integradora. Entendemos de manera muy positiva realizar entrenamientos globales y multilaterales en las edades de iniciación y formación en las escuelas de atletismo.

Misión:

La misión de nuestra escuela es atender a menores y jóvenes sevillanos como parte de nuestra estrategia de promoción deportiva a todas las edades.

Nos basamos en un proceso de promoción y conocimiento progresivo del atletismo que va desde el “juego adaptado” hacia la tecnificación y especialización en sus diferentes disciplinas, teniendo en cuenta las cualidades de cada menor.

Objetivos:

Pretendemos ser reconocibles por nuestra contribución al proceso formativo y educativo de las niñas y niños a través de un entorno deportivo adecuado, así como al desarrollo de su talento y potencial personal deportivo.

Buscamos ser una de referencia en la práctica del atletismo y la consecución de logros deportivos donde la competición con uno mismo sea el principal factor de mejora.

Formación integral del deportista:

Desarrollo físico y psíquico, la mejora de la salud y bienestar del menor.
Respeto a los compañeros y rivales.
Esfuerzo, como factor de superación personal.
Igualdad de oportunidades e la integración social.
Promover la implicación de la familia del menor en su desarrollo deportivo.

Pretendemos realizar la práctica de un deporte de calidad:

Entrenamiento seguro y saludable
Adaptación al nivel del menor
Especialización y tecnificación deportiva progresiva
Detección y promoción de talentos deportivos
Medición del éxito mediante la marca personal
Búsqueda de logros deportivos.

Desarrollo de la actividad en función del grupo de edad:

El Bebé-Atleta 3/6 años:

- Objetivo principal: Educación motriz. Divertirse en el atletismo.
- Medios: A través del juego, con actividades multiformes, para desarrollar la motricidad autonomía y socialización.
- Objetivos detallados: Coordinación, desarrollo psicomotor, lateralidad, equilibrio, ritmo, agilidad y flexibilidad. Equilibrio postural y búsqueda de la amplitud articular.

Benjamín 7/9 años:

- Objetivo primordial: Inicio atlético. "Entretenerse en el atletismo".
- Medios: Aproximación multiforme y lúdico. Inicio y experimentación con las distintas pruebas de atletismo. Prosigue la educación psicomotriz. Aprende a medirse con los demás niños. Es fundamental el trabajo multideportivo con el mayor incremento del repertorio motriz y evolución de las habilidades motrices.
- Objetivos detallados: Revisión de las metas de la etapa anterior y se acrecentan la velocidad de reacción, la capacidad de aceleración y la aproximación a los fundamentos del atletismo

Alevín 10/11 años:

- Objetivo Primordial: Instrucción atlética "explorar el atletismo".
- Medios: Ejercitación conducida y adaptada. El acento puesto en los fundamentos del atletismo.
- Objetivos detallados: Fase importante para la evolución de las capacidades cinéticas. Etapa de mayor capacidad de aprendizaje. Evolución de las habilidades incorporado al aprendizaje espacio-temporal. Aprendizaje y práctica de los fundamentos del atletismo. Va a ser crucial el trabajo de la flexibilidad, pues sólo el grado alcanzado, podrá ser mantenido.

Infantil 12/13 años:

- Objetivo primordial: Aprendizaje atlético "Transformarse en atleta"
- Medios: Inicio del aprendizaje de los grupos de pruebas atléticas (Empiezan los aprendizajes técnicos y la competición). Trabajo de las principales capacidades físicas. Disposición de autonomía en las sesiones de entrenamiento (Calentar, hacer estiramientos, cuidar el material...).
- Objetivos detallados: Evolucionan las competencias motrices. Se incrementan los niveles de fuerza y velocidad.

Cadetes 14/15 años:

- Objetivo primordial: Visión global del atleta "Diferenciarse como atleta"
- Medios: Inicio del aprendizaje de los grupos de pruebas atléticas (Empiezan los aprendizajes técnicos y la competición). Trabajo de las principales capacidades físicas. Disposición de autonomía en las sesiones de entrenamiento (Calentar, hacer estiramientos, cuidar el material...).
- Objetivos detallados: Enseñanza de la técnica y entrenamiento físico. Empezar con el aumento de la importancia de la competición. Evolución de la disposición de autonomía en los entrenamientos. Inicio del trabajo con objetivo de rendimiento.